

HƯỚNG DẪN VỀ VIỆC CHO CON BÚ SỮA MẸ



**TẤT CẢ TRẺ SƠ SINH CẦN
sữa mẹ hay sữa hộp có
chất sắt. Sữa mẹ tốt nhất
cho con!**

- Trẻ sơ sinh có kiểu khóc đặc biệt hoặc tỏ ra khó chịu để báo hiệu là trẻ đói bụng.
- Cho con bú khi đói, đừng cố gắng ép bú theo thời biếu.



**TRẺ SƠ SINH
CÓ THỂ THỨC
GIÁC vì đói
bụng nhiều**

**lần trong đêm. Qua
vài tháng đầu, phần
lớn các em sẽ ngủ
thẳng giấc.**



**QUÝ VỊ CÓ
THỂ cho con
bú sữa mẹ.**

- Cho con bú sữa mẹ trong năm đầu hay lâu hơn nếu có thể.
- Cho con bú sữa mẹ cũng có lợi cho quý vị. Nó giúp quý vị thon gọn trở lại. Nó giúp hạ thấp rủi ro bị bệnh ung thư vú.
- Cho con bú sữa mẹ là điều tự nhiên, nhưng có thể cần phải thực tập chút ít.
- Nếu gặp trở ngại, tìm bác sĩ hay bệnh xá để được giúp đỡ.
- Cho bác sĩ biết nếu quý vị đang uống thuốc hay sử dụng ma túy, hoặc bị nhiễm HIV.



**SỮA MẸ LÀ NGUỒN
DINH DƯỠNG TỐT
NHẤT cho trẻ sơ sinh.**

**SỮA MẸ CÓ SINH TỐ và
khoáng chất giúp em bé
khỏe mạnh.**



HƯỚNG DẪN VỀ VIỆC CHO CON BÚ SỮA MẸ

CHO CON BÚ SỮA MẸ: CÁCH NUÔI DƯỠNG CON LÀNH MẠNH

Hướng dẫn cách cho trẻ sơ sinh bú

**NHỚ UỐNG
nhiều chất
lỏng.**



**TRẺ SƠ SINH BÚ
SỮA MẸ ít bị dị ứng.**

Muốn tìm hiểu về thực phẩm dinh dưỡng lành mạnh trong thời kỳ mang thai và về việc cho con bú sữa mẹ?

Gọi Tổ Chức Phụ Nữ, Trẻ Sơ Sinh, và Trẻ Em (WIC): (888) 942-9675

Muốn biết thêm về việc cho con bú sữa mẹ?

Gọi La Leche League: (800) 525-3243